



¿CUÁLES SON LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?

En este tríptico te mostramos algunos de los métodos anticonceptivos definitivos, de barrera y hormonales más comunes.

Es necesario que sepas que, algunos de ellos pueden causar efectos secundarios, por lo que te sugerimos acudir con tu especialista de la salud.

Recuerda que siempre es necesario tu consentimiento informado para su uso.



DIRECTORIO

Servicios Amigables para Adolescentes del Estado de Jalisco

Son espacios diseñados especialmente para proporcionarte atención médica y psicológica, información, orientación y consejería en materia de salud sexual y reproductiva. Además, te pueden proporcionar de manera gratuita métodos anticonceptivos.

Escanea con tu teléfono el código QR para encontrar el más cercano:



escogecuidarte.jalisco.gob.mx

En caso de que se te niegue atención y/o información sobre tus derechos sexuales y reproductivos en una dependencia pública, puedes realizar una queja:

Comisión Estatal De Derechos Humanos Jalisco (CEDHJ)

Calle Pedro Moreno 1616, Col. Americana, Guadalajara. Teléfono 33 3669 1100

Fiscalía de Derechos Humanos

Calzada Independencia Norte 778, Col. La Perla, Guadalajara. Teléfono: 33 3837 6000 ext. 12128 y 15846

Unidad Metropolitana de Atención Integral a Mujeres y Niñez

Miguel Blanco 883, Zona Centro, Guadalajara. Teléfono: 33 3658 3170

Asociaciones por la Igualdad



Erotismo seguro

GUÍA RÁPIDA



Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres





Son prácticas sexuales dirigidas a obtener placer con o sin pareja, y que no implica necesariamente un intercambio de fluidos.

Puede incluir prácticas como el autoerotismo, las caricias, los besos, abrazos, masajes eróticos, baños en pareja, masturbación mutua, entre otras, a las cuales todas las personas tenemos derecho.

estimulación en pareja

auto estimulación

DEFINITIVOS



LIGADURA DE TROMPAS OVULATORIAS (O DE FALOPIO)

Es un **método definitivo** que consiste en un **procedimiento quirúrgico** para impedir que los óvulos transiten a través de las trompas ovulatorias hacia la matriz.

VASECTOMÍA



Pueden ser reversibles o definitivas. Consiste en la **ligadura de los conductos** por los que **circulan los espermatozoides** antes de ser **expulsados**. Como resultado, en poco tiempo, el semen eyaculado no contendrá espermatozoides.

DE BARRERA

CONDÓN INTERNO (FEMENINO) Y EXTERNO (MASCULINO)

El condón interno se introduce en la vagina y el externo es colocado en el pene erecto justo antes de una relación sexual. **Ambos crean una barrera para impedir que los espermatozoides lleguen al óvulo**. Son el único método que previene embarazos y muchas de las infecciones de transmisión sexual.



HORMONALES



PASTILLAS ANTICONCEPTIVAS

Son **pastillas con hormonas** que **tomamos todos los días** y su función es detener la ovulación e impedir que el espermatozoides llegue al óvulo; de esta manera previenen los embarazos.

ANILLO Y PARCHES



El parche es un cuadrado adhesivo que se aplica sobre la piel y el anillo es un dispositivo que se inserta en la vagina. **Ambos métodos tienen sustancias similares a los contenidos en las pastillas que ayudan a prevenir embarazos.**



DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU)

El DIU es un pequeño dispositivo que se coloca en la matriz para evitar embarazos. **Es duradero, reversible y uno de los métodos anticonceptivos más eficaces que existen.**

IMPLANTE SUBDÉRMICO

Es una varilla pequeña y flexible que **libera hormonas en tu cuerpo, evita la ovulación e impide el paso de los espermatozoides** para evitar la fecundación.



INYECCIÓN ANTICONCEPTIVA

Es una **inyección que te pones cada 3 meses y funciona a través de hormonas** que hacen que tu cuerpo deje de liberar óvulos para prevenir embarazos.